



Industrie agroalimentaire : maîtrisez la production, garantissez la sécurité et boostez la performance

Lien :

<https://afrique-formation.com/formation/industrie-agroalimentaire-maitrisez-la-production-garantissez-la-securite-et-boostez-la-performance>

DURÉE
3 jours (21h)

RÉFÉRENCE
AA45

CATÉGORIE
**Génie Industriel,
Procédés de
Transformation et
Performance**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- ✓ Comprendre les risques liés aux gestes professionnels en restauration
- ✓ Adopter des postures adaptées pour préserver sa santé
- ✓ Réduire les risques d'accidents et de TMS
- ✓ Maîtriser les techniques de port de charges en sécurité
- ✓ Optimiser l'organisation du poste de travail
- ✓ Améliorer le confort et l'efficacité au travail
- ✓ Développer des réflexes ergonomiques durables
- ✓ Contribuer à la prévention des risques professionnels

POUR QUI ?

- ✓ Personnel de restauration (cuisine et salle)
- ✓ Serveurs et commis de cuisine
- ✓ Chefs de cuisine et seconds de cuisine
- ✓ Personnel hôtelier et traiteurs
- ✓ Responsables d'établissement HORECA
- ✓ Toute personne travaillant en environnement de restauration

Afrique Formation



Programme détaillé

1 / Introduction aux gestes et postures professionnels

- Importance de la prévention des risques en restauration
- Accidents du travail et troubles musculo-squelettiques (TMS)
- Enjeux pour la santé et la performance

2 / Anatomie et fonctionnement du corps humain

- Principales zones sollicitées en restauration
- Compréhension des contraintes physiques
- Mécanismes de fatigue et de douleur

3 / Identification des risques en milieu de restauration

- Postures contraignantes en cuisine et en salle
- Port de charges et manutention
- Glissades, chutes et environnements à risques

4 / Principes fondamentaux des bonnes postures

- Alignement du dos et des articulations
- Positionnement ergonomique au travail
- Gestes économes en énergie corporelle

5 / Techniques de port de charges

- Méthodes sécurisées de levage
- Répartition des charges
- Utilisation des aides mécaniques

6 / Organisation du poste de travail

- Optimisation de l'espace de travail
- Réduction des déplacements inutiles
- Aménagement ergonomique des postes

7 / Prévention des troubles musculo-squelettiques (TMS)

- Facteurs aggravants des TMS
- Exercices de prévention et étirements
- Bonnes pratiques quotidiennes

8 / Mise en pratique et comportements professionnels

- Simulation de situations réelles
- Correction des gestes inadaptés
- Adoption de réflexes ergonomiques durables

Approche pédagogique

- ✓ Support Ecrit et Projection
- ✓ Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- ✓ Brainstorming et Jeux de Rôle
- ✓ Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- ✓ Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- ✓ Test de Validation des Acquis des Connaissances

📅 Prochaines dates programmées

📅 24 au 26 Juin 2026

📍 Présentiel -

📅 26 au 28 Août 2026

📍 Présentiel -

📅 21 au 23 Oct. 2026

📍 Présentiel -

📅 23 au 25 Déc. 2026

📍 Présentiel -

📅 Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

🔄 Réservation & Renseignements

📞 **Téléphone** : +212 522 247 210

✉ **Email** : contact@afrique-formation.com

🌐 **Web** : <https://www.afrique-formation.com>

Document généré le 24/06/2026 — Réf : AA45
Afrique Formation — Tous droits réservés